



《尊重智慧財產權，請使用正版教科書，勿非法影印書籍及教材，以免侵犯他人著作權》

開課班級:

授課老師: 林子鈞

學分數: 1

課程大綱:

由於工商業的發達及人民生活品質的提昇，人們對於工作之餘的休閒活動也越加重視，網球運動正是適合青少年、中年、老年人的休閒運動。其運動年齡從三歲開（世界著名網球好手阿格西三歲開始打網球），至八十歲以上（我國留美的劉香谷女士，已八十多歲，仍參加長青組比賽），且大多數網球場，皆設於環境優美，空氣新鮮之處，所以從事網球運動可說是一種休閒享受。

outline:

Due to the development of economy and higher living quality, people pay more attention to leisure activities. Tennis is a leisure exercise suitable for teenagers, middle-ages and elders. The suitable age is from three years old (The famous tennis player, Agassi began to play tennis at three) to eighty years old (Mrs. LIU, Shiang-ku still plays at the Evergreen contests though she is at eighties). Furthermore, most tennis courts are located at fresh air and beautiful places. Playing tennis is an enjoyable sports.

教學型態:

課堂教學

成績考核方式:

平時成績:40%
期中考:30%
期末考:30%
其它:%

本科目教學目標:

1.實際動作與理論合一. 2.養成學生能主動運動習慣

參考書目:

1.網球運動與指導. 2.網球高手



課程進度表：

週次	起訖月日	授課單元(內容)	備註
第1週	9.08~9.15	學期課程介紹、上課安全規定、場地介紹	8日正式上課。8~12日課程加退選，轉學(系)生、復學生及延修生選課，雙主修、輔系申請，12日申辦抵免學分截止日
第2週	9.15~9.22	體適能I	
第3週	9.22~9.29	體適能II	28日(日)孔子誕辰紀念日/教師節(放假),29日(一)補假
第4週	9.29~10.06	正反手握拍、正手向上擊球、反手向上擊球	29日成績優異提前畢業者提出申請截止日
第5週	10.06~10.13	正反手向上擊球綜合練習	6日(一)中秋節(放假)，10日(五)國慶日(放假)
第6週	10.13~10.20	對牆擊球綜合練習	14日學生宿舍安全輔導暨複合式防災疏散演練。18日多益測驗
第7週	10.20~10.27	發球練習	24日(五)補假，25日(六)光復暨古寧頭大捷日(放假)。
第8週	10.27~11.03	發球練習	30日校課程委員會
第9週	11.03~11.10	期中考週不上課	3~9日期中考試
第10週	11.10~11.17	正手平擊推球 反手平擊推球	13日教務會議,16日教師期中成績上網登錄截止日
第11週	11.17~11.24	綜合練習-小場地對打	
第12週	11.24~12.01	綜合練習-正反手推球	24~28體育運動週。24日校園路跑。27日運動大會夜間開幕，28日運動大會活動，29日101週年校慶活動日，照常上班
第13週	12.01~12.08	雙打練習	
第14週	12.08~12.15	雙打輪轉走位練習	12日申請停修課程截止日
第15週	12.15~12.22	比賽	
第16週	12.22~12.29	綜合練習、分組比賽	22日校務會議。25日行憲紀念日(放假)
第17週	12.29~1.05	綜合練習、分組比賽	1日(四)開國紀念日(放假)
第18週	1.05~1.12	期末考週	5~11日期末考試，10~11日學生退宿